

7

MOVIMENTO #NOTOX L'AGOPUNTURA COME CURA (ANCHE) ESTETICA

La medicina tradizionale cinese, rimedio per riequilibrare la vitalità dell'organismo, si sta affermando come strumento per affrontare i segni del tempo senza andare "contro natura". Un derby generazionale con il botox

di MARIA TERESA VENEZIANI
illustrazioni di FABIO BUONOCORE

M

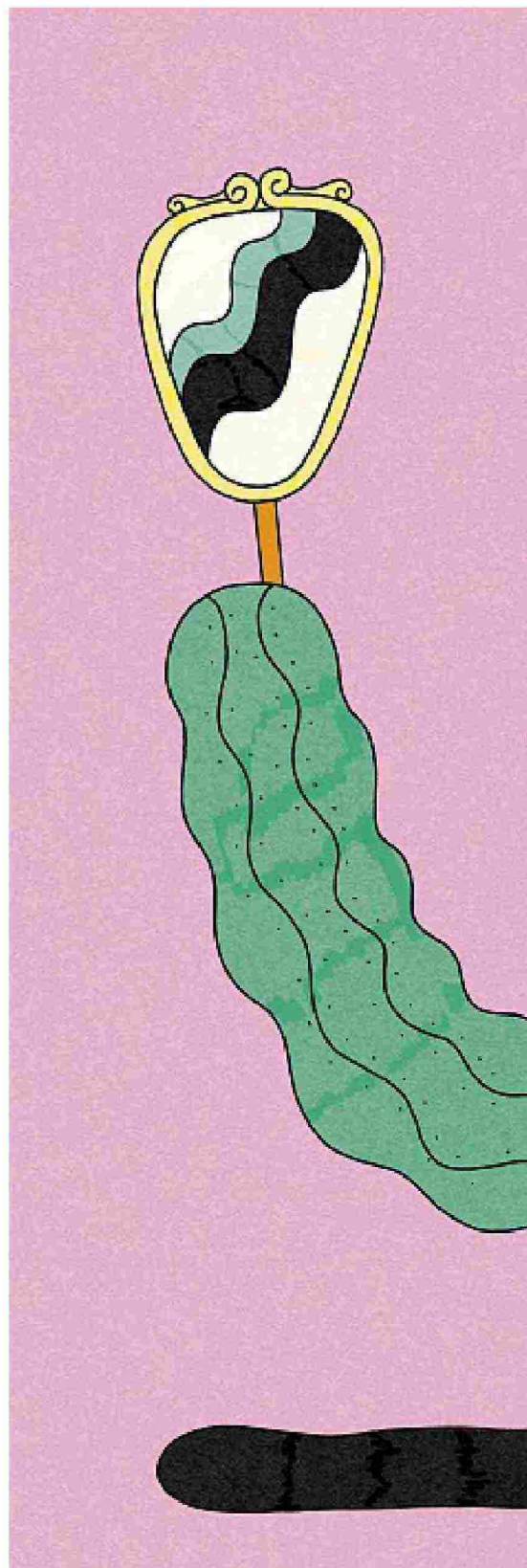
Monica Bellucci aveva aperto la strada. Già una decina di anni fa aveva rivelato di sottoporsi regolarmente a trattamenti di agopuntura al volto, abbinandola a massaggi al corpo a base di olio di mandorle, oltre a yoga e pilates. «Queste discipline permettono di ri-armonizzare il corpo, prendendosi cura anche dello spirito, donano una immediata sensazione di benessere», aveva spiegato l'attrice dichiarandosi contraria al botox. L'approccio olistico per la cura della pelle è in crescita come il numero di star pronte a decantarne i benefici: da Jessica Alba a Gwyneth Paltrow (e persino la levigatissima Kim Kardashian) fino a Sarita Choudhury, tra le protagoniste di *And Just Like That*, che ha dichiarato di concedersi sedute settimanali con il suo agopuntore.

La medicina tradizionale cinese, conosciuta come rimedio per mantenere e riequilibrare la vitalità dell'organismo, oggi sta cominciando ad affermarsi anche come strumento per combattere il rilassamento cutaneo e rallentare i segni del tempo. A promuovere la crescita sono le pazienti stesse che scoprono

SUI SOCIAL

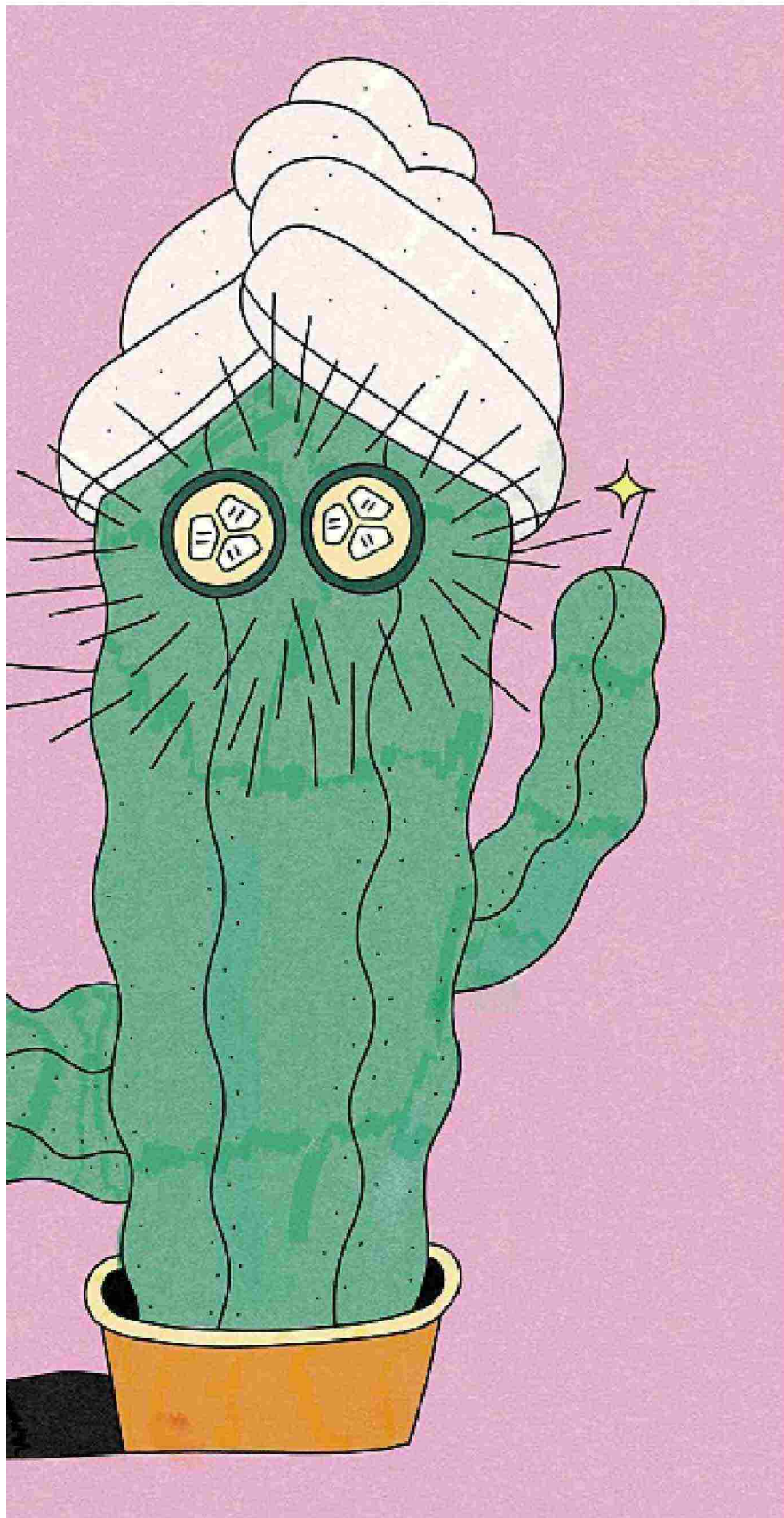
#NOTOX

Con il termine Notox (no botox) si intendono tutti quei trattamenti dermo-cosmetici che imitano le "punturine", senza però gli effetti indesiderati del botulino. Il numero di visualizzazioni di contenuti con questo hastag su TikTok è aumentato del 223% nell'ultimo anno, mentre su Google le ricerche con la chiave "agopuntura estetica" sono cresciute del 248% negli ultimi due anni



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296



questa opportunità, raccontano gli esperti. L'interesse per l'ago-lifting è in linea con il nascente movimento "Notox", che rifiuta il botox a favore di trattamenti più naturali, sostenuto soprattutto dalla generazione Z, 25-30enni particolarmente attenti allo skincare e sensibili ai problemi del pianeta. È **la generazione social, che probabilmente ha contribuito a far crescere su Google le ricerche per agopuntura estetica del 248 per cento negli ultimi due anni** e il numero medio di visualizzazioni correlate a #Notox su Tik Tok del 223 per cento nell'ultimo anno, secondo la piattaforma Trendalytics.

«Nell'era del #Notox l'agopuntura estetica può essere il nuovo botox?», s'interrogava anche il *New York Times*. «Sicuramente migliora la qualità della cute che appare più luminosa e distesa. Se ci si avvicina a questa metodica per riattivare il microcircolo e appianare un po' le rughe è certamente utile, però non ha niente a che vedere con la chirurgia estetica, i filler etc», chiarisce Carlo Maria Giovanardi, presidente della Federazione italiana della società di agopuntura (Fisa) e direttore della Associazione e scuola medici agopuntori bolognesi. «Ci tengo che il messaggio sia chiaro: mentre con il lifting e il botox si vedono i risultati immediati, il viso appare appianato, con l'agopuntura mantieni un aspetto naturale, non si congelano le espressioni».

Come funziona? «Il microtrauma provocato dall'ago aumenta il flusso sanguigno, quindi migliora l'irrorazione e poi c'è la stimolazione delle fibre collagene che va a riempire un po' i vuoti all'interno delle rughe. Per ottenere risultati anti-aging poi la medicina cinese propone anche **tecniche come il guasha, una sorta di massaggio stimolante con una spatola, entrambi hanno una azione drenante linfatica**. Lo scopo è sempre quello di migliorare la circolazione».

Il dottore lo sottolinea: l'agopuntura prima di tutto è un atto medico. «Dal 2022 è stata inserita nelle linee guida dell'Istituto superiore di sanità per il trattamento del dolore, quindi non è una branca alternativa come poteva essere considerata una volta. Se ne è fatta molta di strada. Il campo dell'estetica è ancora una nicchia che si sta diffondendo, una valida opzione fra il non far niente per contrastare il decadimento legato al passare del tempo e affidarsi a trattamenti invasivi. **L'agopuntura estetica ti permette di mantenere un aspetto più giovane e fresco, però, ripeto, ogni cosa ha i suoi limiti**».

«La cultura della medicina cinese per una serie di motivi storici, religiosi e filosofici, lavora molto sulla prevenzione», interviene Carlo Barbieri, medico chirurgo che da oltre 30 anni pratica l'agopuntura nei suoi studi di Milano e Vicenza dopo una pratica a Londra. «La longevità è un traguardo molto importante per il taoismo perché non contempla la vita eterna come il cattolicesimo. È solo da alcune decine di anni che da

noi l'attenzione al corpo ha preso il sopravvento. Le persone sagge in Oriente sono quelle che riescono ad avere un rapporto con la natura quasi simbiotico, quindi è inutile opporsi agli eventi, meglio assecondarli e trarne vantaggio. E da questo concetto nascono tutte le pratiche volte al benessere, da quelle legate alla respirazione, come il 'Tai Chi e Qi Gong, al sonno seguendo il ritmo delle stagioni», osserva l'agopuntore che ha portato l'ago-lifting anche al LeFay, Bio-Spa pluripremiata sul Lago di Garda.

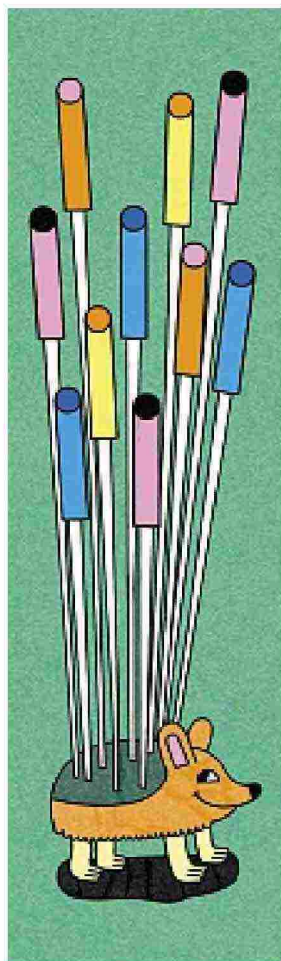
Fu padre Matteo Ricci, un gesuita che nel XVI secolo andò in missione in Cina, a diffondere in Occidente le prime nozioni di agopuntura. La grande popolarità risale però agli Anni '70 quando un giornalista americano che seguiva la delegazione del presidente Richard Nixon a Pechino fu curato con l'agopuntura e al ritorno dedicò un reportage ai suoi benefici.

«Da allora è stata studiata e impiegata per curare diversi disturbi, tra cui l'emicrania, problemi digestivi, certe forme di insonnia e persino l'infertilità. Ho ginecologi che mi mandano coppie», continua Barbieri. E anche l'agopuntura facciale non è un intervento superficiale, ogni trattamento prevede una valutazione generale del paziente. «Il botox paralizza la muscolatura, l'ago-lifting, invece, è efficace per rigenerare i tessuti e rallentare l'invecchiamento cutaneo, ma per consolidare i risultati è necessario un ciclo di trattamenti», aggiunge Barbieri, ricordando che in Italia per praticare l'agopuntura si deve essere laureati in medicina. «Oggi in molti cominciano dal corpo e poi chiedono di provarla al volto. Ho avuto pazienti pentiti del botox e poi ci sono quelli che dopo averlo usato per decenni sono diventati allergici e per questo un mio paziente lo faceva in contemporanea al cortisone. Una ragazza russa di 28 anni mi ha detto: "Ho incominciato così evito che mi vengano le rughe", una cosa incredibile...».

«Il mercato del botulino è gigantesco, cresciuto insieme ai volti omologati di Instagram, ma sono sempre di più le persone che scelgono di mantenere le loro facce», interviene Antonino Di Pietro, medico chirurgo specialista in dermatologia, noto per la sua battaglia alla tossina botulinica a cui ha dedicato il terzo libro, *Botulin free*, e che tratta anche nel recente *Cambia pelle. I segreti della rigenerazione e della skin-longevity per una bellezza naturale* (Sperling & Kupfer).

Ora c'è anche un profilo Instagram, @Nevertox, dove centinaia di persone pentite o naturiste si scambiano esperienze e informazioni, ricorda il prof. «La vera bellezza non è la paralisi espressiva, il grande imbroglio è far credere che un volto che non si muove sia giovane. Per fortuna ci sono donne che l'hanno capito. Geppi Cucciari è una convinta Notox perché dice "non voglio perdere la mia espressione", così come Isabella Ferrari, Filippa Lagerback, Federica Fontana», riprende Di Pietro, che ha messo a punto il *picotage* per stimolare

FU PADRE MATTEO RICCI, IL GESUITA MISSIONARIO DEL XVI SECOLO, A PORTARE IN OCCIDENTE LE PRIME NOZIONI DI AGOPUNTURA. IL BOOM NEGLI ANNI 70 DOPO LA STORICA VISITA DI NIXON



le enormi potenzialità della pelle. «È giustissimo fare qualcosa per aiutare il nostro corpo a restare giovani, guai se non avessimo questo desiderio, ma bisogna puntare sulla rigenerazione delle cellule, così la pelle diventa più tonica ed elastica. La bellezza non è legata a un viso immobile, al contrario è legata all'elasticità del derma e quindi al tempo che impiega quando sorridi o fai smorfie per tornare a ridistendersi, dall'immediatezza di quando avevi 15 anni ai 2-3 secondi dopo i 50. È come quando ci si rialza da una poltrona con più lentezza perché i muscoli si sono indeboliti, ma non ha senso gonfiarli. Lo stesso concetto vale per il viso. Io utilizzo soltanto le sostanze di cui siamo fatti, l'acido ialuronico naturale, completamente diverso da quello usato per il riempimento. Si iniettano microgocce con aghi sottilissimi nelle cellule a un millimetro di profondità — quelle più colpite dai raggi ultravioletti — per stimolare la produzione di collagene, elastina e acido ialuronico endogeni, rendendo la pelle più compatta e soda. Con filler e botox possono restare sostanze chimiche residue, inoltre con il tempo i trattamenti si intensificano e si rischia di perdere la simmetria del volto».

Sta dicendo che è più favorevole a un lifting? «Sì, quando arrivi a 60 anni e vedi un cedimento, un lifting ben fatto è la soluzione più giusta perché se le guance scendono verso il basso per la forza di gravità non si può fare altro che eliminare la pelle in eccesso, ma ripeto, è sbagliato associare la bellezza a un viso tirato. Si fa l'errore di confondere la giovinezza con la gioventù, in ogni fase della vita c'è giovinezza», insiste Di Pietro, che da otto anni nel suo Istituto dermatologico Vita Cutis si è fatto affiancare dalla dottoressa Tiziana Bazzini, esperta di agopuntura estetica.

Per l'ago-lifting si utilizzano aghi sottilissimi, di circa un quinto del diametro degli aghi ipodermici usati per il botox. «Più lunghi quando si deve seguire il decorso delle rughe d'espressione come quella tra le sopracciglia per lavorare sul sottocutaneo e stimolare la produzione del collagene come avviene con il microneedling», spiega Carlo Barbieri. Quali sono i punti del viso dove l'agopuntura del viso funziona meglio? «Soprattutto su fronte e tempie, ma anche su guance e mento. È decisamente meno efficace dove c'è un rilassamento accentuato della pelle. Riduce i segni di espressione, le rughe non scompaiono, ma stimolando la produzione di fibroblasti e lavorando sulla muscolatura c'è un importante miglioramento del tono muscolare. Dico sempre di non svelare che si è fatto l'ago-lifting, aspettate i commenti delle amiche o dell'estetista...».

Ogni donna ha il diritto di scegliere la propria strada per invecchiare con grazia, ma l'idea di rinfrescare il viso e avere una pelle più bella e tonica solo grazie ad aghini nel viso è assai allettante.